

عنوان مقاله:

نقش شفقت خود، تنظیم هیجان و اضطراب کرونا در پیش بینی رفتارهای خودمراقبتی اعضای خانواده مبتلایان به کوید-۱۹

محل انتشار:

فصلنامه روانشناسی سلامت، دوره 11، شماره 44 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

اسماعیل سلیمانی - دانشیار گروه روانشناسی دانشگاه ارومیه

پریسا شریفی - دانشجوی دکتری روانشناسی دانشگاه ارومیه

خلاصه مقاله:

مقدمه: در شرایط شیوع گسترده ویروس کرونا، رفتارهای خودمراقبتی نقش مهمی در سلامت فردی و عمومی دارد در نتیجه شناسایی پیشایندهای آن مهم است. از این رو، پژوهش حاضر با هدف ارزیابی نقش شفقت خود، تنظیم هیجان و اضطراب کرونا در پیش‌بینی رفتارهای خودمراقبتی اعضای خانواده مبتلا به کوید-۱۹ انجام گرفت. روش: در پژوهش مقطعی حاضر از طرح همبستگی استفاده شد. جامعه پژوهش، اعضای خانواده افراد مبتلا به کوید-۱۹ بودند، و ۲۳۵ نفر به روش دردسترس انتخاب شدند. برای گردآوری داده‌ها از یک خودگزارشی ۱۰ سوالی رفتارهای خودمراقبتی، مقیاس اضطراب کرونا، مقیاس تنظیم هیجان و مقیاس شفقت خود استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون‌های همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام انجام شد. یافته‌ها: نتایج نشان داد که بین مهربانی به خود (مولفه اول شفقت خود) و علائم روانی اضطراب کرونا با رفتارهای خودمراقبتی همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد، و بین راهبرد تنظیم هیجان فرونشانی و رفتارهای خودمراقبتی رابطه منفی و معناداری است. اما دو مولفه شفقت خود شامل تجارب مشترک انسانی و ذهن آگاهی، و راهبرد تنظیم هیجانی ارزیابی مجدد و علائم جسمی اضطراب کرونا با رفتارهای خودمراقبتی رابطه معناداری نداشتند. همچنین، مهربانی با خود، علائم روانی اضطراب کرونا و راهبرد فرونشانی هیجان پیش‌بینی کننده رفتارهای خودمراقبتی کرونا بودند. نتیجه گیری: بنابراین، در توضیح رفتارهای خودمراقبتی مرتبط با شیوع ویروس کرونا توجه داشتن به مهربانی با خود، علائم روانی اضطراب کرونا و راهبرد فرونشانی هیجان کمک‌کننده خواهد بود.

کلمات کلیدی:

خودمراقبتی کرونا، اضطراب کرونا، تنظیم هیجان، شفقت خود، خانواده

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1904450>

